

Penerapan Pendidikan Jasmani Terhadap Peningkatan Koordinasi Gerak Pada Anak Kelompok B TK Aisyiyah Bobotasari Kabupaten Purbalingga Tahun Ajaran 2014/2015

Asih Nur Ismiatun¹, Muhammad Munif Syamsuddin¹, Anayanti Rahmawati¹

¹Program Studi PG-PAUD Universitas Sebelas Maret

Email :ismi.sugiharto@gmail.com, wandamunif@yahoo.com, anayanti.rahmawati@yahoo.co.id

ABSTRAK Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan koordinasi gerak anak melalui penerapan pendidikan jasmani pada anak kelompok B TK Aisyiyah Bobotasari Kabupaten Purbalingga tahun ajaran 2014/2015. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian dilaksanakan selama dua siklus, tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Subjek penelitian adalah anak kelompok B yang berjumlah 22 anak (11 anak laki-laki dan 11 anak perempuan). Pengambilan data menggunakan wawancara, observasi, unjuk kerja, dan dokumentasi. Validitas data menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pendidikan jasmani dapat meningkatkan koordinasi gerak anak kelompok B TK Aisyiyah Kabupaten Purbalingga tahun ajaran 2014/2015. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya kemampuan anak pada setiap siklus. Ketuntasan pada pratindakan sebesar 27%, siklus I 54%, dan siklus II 82%.

Kata kunci: pendidikan Jasmani, koordinasi gerak

ABSTRACT This research aimed to increase motor coordination using physical education in group B student of TK Aisyiyah Bobotasari in Purbalingga regency Academic year 2014/2015.. This research is Classroom Action Research (CAR). This research conducted during two cycles, each cycle consists of planning, action, observation, and reflection. The subject are group B student which amounts 22 children (11 boys and 11 girls). The data collection technique using interview, observation, and performance. The validity using triangulation of data sources and triangulation techniques. The data analysis using data reduction, data display, and conclusion. The result shows that physical education can increase the motor coordination in group B student of TK Aisyiyah Bobotasari in Purbalingga regency in academic year 2014/2015. It was proofed by improvement of children skill every cycle. Capability of the task in precycle is 27%, first cycle is 54%, and then second cycle is 82%.

Keywords: physical education, motor coordination

PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak merupakan masa yang paling penting untuk belajar dan pondasi untuk masa depan dibangun, dimana pondasi itu yang akan membawa manusia terus dari masa kanak-kanak, remaja dan akhirnya sampai pada masa dewasa (A Victorian Government initiative, 2010). Tugas perkembangan dalam aspek fisik motorik menjadi salah satu yang dibutuhkan dan mendasar dalam kehidupan anak, karena perkembangan fisik motorik akan mempengaruhi perilaku anak sehari-hari. Oleh karena itu, anak haruslah diberi stimulus yang dapat merangsang fisik motoriknya agar dapat berkembang optimal. Hurlock (1980) mengungkapkan bahwa anak usia dini mudah dan cepat belajar suatu keterampilan baru.

Gallahue dan Cleland-Donnelly juga menjelaskan bahwa pola fundamental motorik, seperti berlari, melompat, meluncur, menangkap, dan melempar menyumbangkan sebuah dasar untuk belajar lebih banyak permainan, olahraga, dan gerak sehari-hari (Murata & Tan, 2007).

Gallahue & Cleland- Domnelly (2003) menjelaskan bahwa pentingnya gerak fundamental tersebut dapat membuat anak-anak yang tidak cukup berkembang gerak fundamentalnya akan memperlihatkan *self concept* yang rendah dan penundaan perkembangan sosial (Murata & Tan, 2007). Dibutuhkan 120 menit/hari bagi anak untuk melakukan aktifitas fisik (Gardon, Van Cauwenberghe, Labarque & Herens De Bourdeaudhuij, 2008).

Aktivitas fisik yang dilakukan anak tidak hanya untuk mengembangkan motorik atau keterampilan gerak mereka, karena sebenarnya dengan melakukan aktivitas fisik juga dapat mendorong perkembangan aspek lainnya. Sejalan dengan hasil penelitian Carison et al., (2008) yang menyatakan bahwa aktivitas fisik juga memiliki pengaruh yang bermanfaat pada perilaku dan fungsi kognitif dimana dapat memperbaiki hasil dari pencapaian akademik siswa. Milic (2014) menjelaskan bahwa mengurangi aktivitas fisik pada masa hidup apalagi saat usia dini, akan mengakibatkan efek negatif pada kualitas hidup, kesehatan, keluarga dan menjalin hubungan (Milic).

Pendidikan jasmani dipilih sebagai alternatif cara yang diharapkan dapat memberikan kesempatan lebih baik bagi anak untuk melakukan aktivitas fisik, karena pendidikan jasmani merupakan wujud pelaksanaan aktivitas fisik yang dilaksanakan dalam dunia pendidikan. Janssen & Leblanc (2010) menjelaskan bahwa aktivitas fisik menyumbangkan banyak kesehatan jasmani, kesehatan jiwa dan manfaat sosial bagi anak-anak (Healy & Gallagher, 2013). Milic (2012) memberikan penjelasan bahwa partisipasi dan penampilan fisik dalam pendidikan jasmani meminta banyak pola gerak yang kompleks pada anak-anak pada usia dini, oleh karena itu pola gerak menjadi dasar keterampilan khusus tertentu yang harus dikuasai anak dalam usia dini (Milic). Permendiknas Nomor 58 Tahun 2009 telah merangkum tugas-tugas perkembangan motorik anak khususnya kelompok B (5-6 tahun) salah satunya adalah kemampuan koordinasi melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan. Sesuai dengan penelitian yang akan dilaksanakan, keterampilan koordinasi gerak yang akan menjadi fokus penelitian. Berdasarkan observasi yang dilakukan kesempatan untuk melakukan aktivitas fisik masing kurang dan keterampilan gerak yang diberikan kurang bervariasi. masih monoton sehingga menyebabkan koordinasi anak masih rendah.

Wuest dan Bucher menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang bertujuan untuk memperbaiki kinerja dan meningkatkan perkembangan manusia dengan menggunakan media aktivitas jasmani yang terpilih untuk merealisasikannya (Suharjana, 2008). Lumpkin (2002) memberikan definisi pendidikan jasmani sebagai sebuah proses dalam individu untuk memperoleh kesehatan jasmani, mental, sosial, dan keterampilan latihan melalui aktivitas fisik. Pendidikan jasmani dilaksanakan dengan banyak manfaat di dalamnya. Sekolah yang didasarkan pada pendidikan jasmani memiliki banyak manfaat, termasuk meningkatkan aktivitas fisik dan memperbaiki kemampuan fisik serta daya tahan otot (Carison et al, 2008).

Aktivitas motorik sebagai wujud pelaksanaan pendidikan jasmani sangat penting karena dapat sebagai penghubung kemajuan perkembangan dari aspek perkembangan lainnya (kognitif bahasa, sosio- emosional). Sejalan dengan pernyataan tersebut Hee Son & Meisels (2006) menjelaskan hasil penelitiannya bahwa keterampilan motorik dapat berperan dalam rancangan dan implementasi deretan prestasi anak usia dini. Suharjana (2008) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani di taman kanak-kanak merupakan langkah awal untuk membentuk sifat anak seperti karakter, norma, dan sikap positif dengan lingkungannya. Adams dan Rahantokman menjelaskan bahwa pendidikan jasmani di taman kanak-kanak memberikan pengalaman gerak yang merupakan dasar pengetahuan dan pengalaman untuk anak usia lima atau enam tahun untuk memasuki sekolah (Suharjana, 2008).

Koordinasi didefinisikan sebagai kemampuan mengontrol gerakan tubuh atau merupakan hubungan yang harmonis dari hubungan saling pengaruh di antara kelompok- kelompok otot selama melakukan kerja, yang ditunjukkan dengan berbagai tingkat keterampilan. Koordinasi ini sangat sulit dipisahkan secara nyata dengan kelincahan, sehingga kadang- kadang suatu tes koordinasi juga bertujuan mengukur kelincahan (Ismaryati, 2008). Permendiknas Nomor 58 Tahun 2009 menjelaskan bahwa tugas perkembangan motorik kasar untuk anak usia 5-6 tahun salah satunya adalah anak melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. Olcucu (2013) melakukan penelitian untuk mengetahui efek dari pendidikan jasmani berbasis koordinasi gerak dimana ia menggunakan keterampilan- keterampilan gerak dasar sebagai indikator keberhasilannya. .

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul “Penerapan Pendidikan Jasmani Terhadap Peningkatan Koordinasi Gerak Pada Anak Kelompok B TK Aisyiyah Bobotsari Kabupaten Purbalingga Tahun Ajaran 2014/ 2015”. Tujuan penelitian ini adalah meningkatkan koordinasi gerak melalui penerapan pendidikan jasmani pada anak kelompok B TK Aisyiyah Bobotsari Kabupaten Purbalingga tahun ajaran 2014/ 2015.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di TK Aisyiyah Bobotsari Kabupaten Purbalingga yang beralamatkan di Jalan RS. Yosomiharjo Desa Bobotsari, Kecamatan Bobotsari, Kabupaten Purbalingga, Propinsi Jawa Tengah. Waktu penelitian dilakukan selama 6 bulan pada semester genap, yakni sejak bulan Februari sampai bulan Juli 2015 tahun ajaran 2014/2015. Subjek penelitian ini adalah anak didik dan guru kelompok B TK TK Aisyiyah Bobotsari. Subjek penelitian berjumlah 22 anak, terdiri dari 11 anak laki-laki dan 11 anak perempuan dalam usia 5-6 tahun.

Proses pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti menggunakan teknik observasi pada saat proses kegiatan belajar mengajar. Wawancara dilakukan kepada guru kelas yang mengajar di kelas kelompok B, dan dokumentasi yang berupa Rencana Kegiatan Harian (RKH) serta dokumentasi yang berupa foto tentang proses kegiatan belajar mengajar peserta didik di kelas kelompok B.

Uji validitas data menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi metode. Triangulasi sumber dilakukan untuk mendapatkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan teknik yang sama. Triangulasi metode berarti menggunakan metode pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis yang dikemukakan oleh Milles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi awal sebelum tindakan yang dilaksanakan oleh peneliti pada anak kelompok B tentang koordinasi gerak, menunjukkan bahwa koordinasi gerak anak masih belum maksimal dan masih ada beberapa anak yang belum mencapai nilai ketuntasan. Anak yang mendapatkan nilai tuntas dari 22 anak yaitu 6 orang anak atau 27% dan anak yang belum mendapat nilai tuntas yaitu 16 anak atau 71%.

Table 1. Frekuensi Nilai Koordinasi Gerak Anak Kelompok B TK Aisyiyah Bobotsari Kabupaten Purbalingga Prasiklus

No	Interval (I)	Frekuensi (Fi)	Persentase %
1	67 - 75	2	9%
2	76 - 84	9	41%
3	85 - 93	4	18%
4	94 - 102	4	18%
5	103 - 111	3	14%
Nilai rata- rata ketuntasan $\geq 75\%$			
Ketuntasan klasikal ($\geq 75\%$) = $(6:22) \times 100\% = 27\%$			

Dari tabel 1 dapat diketahui bahwa anak yang mendapat nilai tuntas dengan jumlah nilai rata-rata $\geq 75\%$ sebesar 27% (6 anak) sedangkan anak yang mendapat nilai belum tuntas yaitu yang jumlah nilainya rata- ratanya $< 75\%$ sebesar 63% (16 anak). Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar anak belum mencapai koordinasi gerak yang baik dan perlu ditingkatkan. Oleh karena itu peneliti akan mengadakan penelitian tindakan kelas untuk meningkatkan koordinasi gerak pada anak kelompok B TK Aisyiyah Bobotsari kabupaten Purbalingga dengan penerapan pendidikan jasmani. Adapun peningkatan kreativitas menggambar yang dicapai pada siklus I adalah sebagai berikut:

Table 2. Frekuensi Nilai Koordinasi Gerak Anak Kelompok B TK Aisyiyah Bobotsari Kabupaten Purbalingga Siklus I

No	Interval (I)	Frekuensi (Fi)	Persentase %
1	82 - 90	3	14%
2	91 - 99	7	32%
3	100 - 108	9	41%
4	109 - 117	2	9%
5	118 - 126	1	4%
Nilai rata- rata ketuntasan $\geq 75\%$			
Ketuntasan klasikal ($\geq 75\%$) = $(12:22) \times 100\% = 54\%$			

Berdasarkan tabel 2 tersebut menunjukkan bahwa koordinasi gerak anak kelompok B TK Aisyiyah Bobotsari kabupaten Purbalingga mengalami peningkatan, namun belum mencapai target 75%. Dari tabel 2 dapat diketahui bahwa anak yang mendapat nilai tuntas dengan jumlah nilai rata- rata $\geq 75\%$ sebesar 54% (12 anak) sedangkan anak yang mendapat nilai belum tuntas yaitu yang jumlah nilainya rata- ratanya $< 75\%$ sebesar 46% (10 anak). Nilai ketuntasan pada siklus I masih mencapai 54%. Maka siklus I harus dilanjutkan dengan siklus II. Adapun

peningkatan kreativitas menggambar yang dicapai pada siklus II pertemuan adalah sebagai berikut:

Table 3. Frekuensi Nilai Koordinasi Gerak Anak Kelompok B TK Aisyiyah Bobotsari Kabupaten Purbalingga Siklus II

No	Interval (I)	Frekuensi (Fi)	Persentase %
1	99 - 105	5	23%
2	106 - 112	5	23%
3	113 - 119	5	23%
4	120 - 126	6	27%
5	127 - 133	1	4%
Nilai rata- rata ketuntasan $\geq 75\%$			
Ketuntasan klasikal ($\geq 75\%$) = $(18:22) \times 100\% = 82\%$			

Dari tabel 3 diatas, dapat diketahui bahwa anak yang mendapat nilai tuntas dengan jumlah nilai rata- rata $\geq 75\%$ sebesar 82% (18 anak) sedangkan anak yang mendapat nilai belum tuntas yaitu yang jumlah nilainya rata- ratanya $< 75\%$ sebesar 18% (4 anak). Data tersebut menunjukkan bahwa koordinasi anak meningkat dengan baik dan telah memenuhi target pencapaian indikator yaitu 75% sehingga pelaksanaan tindakan untuk meningkatkan koordinasi gerak anak ini berhasil. Pencapaian indikator koordinasi gerak pada siklus II sudah melebihi dari indikator yang ditentukan yaitu 75% dengan jumlah 82%. Setelah dianalisis pada siklus I dan dapat diatasi pada siklus II, koordinasi gerak anak secara keseluruhan mengalami peningkatan dalam indikator koordinasi mata-tangan, kelincihan, dan kelenturan.. Sehubungan dengan hal tersebut di atas, dapat peneliti simpulkan koordinasi gerak anak anak kelompok B TK Aisyiyah Bobotsari kabupaten Purbalingga sudah berhasil meningkat.

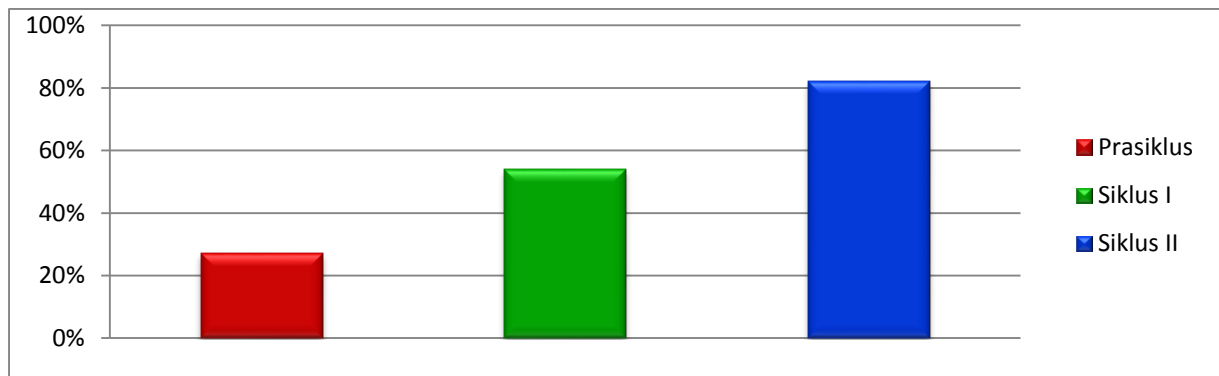
Peningkatan hasil belajar dapat dilihat dari sebelum pelaksanaan tindakan dan setelah pelaksanaan selama siklus I dan siklus II. Perbandingan hasil belajar koordinasi gerak anak dapat dilihat pada tabel 4 di bawah ini:

Table 4. Rekapitulasi Nilai Koordinasi Gerak Anak pada Prasiklus, Siklus I dan Siklus II

	Prasiklus		Siklus I		Siklus II	
	Tuntas	Belum tuntas	Tuntas	Belum tuntas	Tuntas	Belum tuntas
Frekuensi	6	16	12	10	18	4
Persentase	27%	63%	54%	46%	82%	18%

Berdasarkan tabel 4 dapat dapat diketahui bahwa persentase anak yang mendapat nilai tuntas meningkat setiapsiklusnya. Pada prasiklus jumlah anak yang mendapat nilai tuntas sebesar 27% atau 6 anak, siklus I sebesar 54% atau 12 anak, dan siklus II sebesar 82% atau 18 anak. Dari

tabel 4 pencapaian nilai koordinasi gerak anak pada prasiklus, siklus I, dan siklus II dapat disajikan dalam bentuk grafik pada gambar 1 di bawah ini:



Gambar 1. Rekapitulasi Nilai Koordinasi Gerak Anak pada Prasiklus, Siklus I dan Siklus II

Nilai indikator yang telah ditetapkan yaitu 75%, pada kondisi awal dari 22 anak jumlah anak yang mendapat nilai tuntas adalah 6 anak atau 27%. Peningkatan terjadi pada siklus I, anak yang mendapat nilai tuntas adalah 12 anak atau 54%. Kemudian dilanjutkan ke siklus II dan terjadi peningkatan anak yang mendapat nilai tuntas menjadi 18 anak atau 82%. Sesuai indikator yang telah ditetapkan, dapat diketahui bahwa kondisi awal dan siklus I belum sesuai harapan. Namun siklus II sudah melebihi dari pencapaian indikator yang ditentukan, hal ini menunjukkan bahwa siklus II telah berhasil memenuhi indikator yang telah ditetapkan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dilihat bahwa penerapan pendidikan jasmani dapat meningkatkan koordinasi gerak anak kelompok B TK Aisyiyah Bobotsari Kabupaten Purbalingga.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus yang masing-masing siklus terdiri dari tiga kali pertemuan maka dapat diambil simpulan bahwa penerapan pendidikan jasmani dapat meningkatkan koordinasi gerak anak kelompok B TK Aisyiyah Bobotsari Kabupaten Purbalingga yaitu ditunjukkan dengan meningkatnya nilai ketuntasan yang dicapai anak sebelum tindakan, siklus I dan siklus II.

Pada kondisi awal jumlah anak yang mencapai nilai tuntas adalah 6 anak atau 27%, siklus I mencapai 54% atau 12 anak, dan siklus II mencapai 18 anak atau 82%.

Sehubungan dengan hasil penelitian, kesimpulan serta implikasi seperti yang telah diuraikan di atas, maka ada beberapa saran-saran sebagai berikut:

Sekolah hendaknya memanfaatkan sarana dan prasarana yang tersediadengan lebih baik lagi untuk mendukung perkembangan fisik motorik anak. Sekolah harus lebih mendukung ketersediaan kesempatan bagi anak untuk beraktivitas fisik lebih baik lagi dengan memperhatikan setiap anak supaya dapat mengikuti kegiatan fisik motorik yang ada di sekolah. Guru dapat membimbing anak dan dalam memberikan berbagai keterampilan gerak yang sangat penting untuk perkembangan fisik motoriknya karena perkembangan fisik motorik tidak kalah penting dengan perkembangan aspek lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- A Victorian Government initiative. (2010). Making the most of childhood: the importance of the early years. Washington DC: Department of Education and Early Childhood Development.
- Cardon, G., Van Cauwenberghe, E., Labarque, V., Haerens, L., and De Bourdeaudhuij, I. (2008). The contribution of preschool playground factors in explaining children's physical activity during recess. *International journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 1-6.
- Carison, S. A., Fulton, J. E., Lee, S. M., Maynard, L. M., Brown., D. R., Kohl III. H. W., and Dietz, W. H. (2008). Physical Education and Academic Achievement in Elementary School: Data From the Early Childhood Longitudinal Study. *American Journal of Public Health*, 98 (4).
- Healy, S., Msetfi, R., and Gallagher, S. (2013). Happy and a bit Nervous: the experience of children with autism in physical education. *British Journal of Learning Disabilities*, 222-228.
- Hee Son, S. & Meisels, S. J. (2006). The Relationship of Young Children's Motor Skills to Later Reading and Math Achievement. *Merrill- Palmer Quarterly*, 52 (4).
- Hurlock, E. (1980). Psikologi perkembangan jilid lima (terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Ismaryati. (2008). Tes dan pengukuran olahraga. Solo: UNS Press.
- Lumpkin, A. (2002). *Introduction to Physical Education, Exercise Science, and Sport Studies*. New York: McGraw- Hill Companies, Inc.
- Murata, N. M & Tan, C. A. (2007). Collaborative Teaching of Motor Skill for Preschoolers with Developmental Delays. *Early Childhood Education Journal*, 483-489.
- Olcucu, B. (2013). The Effect of Physical Education with Coordination on the Development of Certain Motor Characteristics of 5-6 years Old Children. *International Journal of Academic Research*, 5 (3), 102-107.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini. (2010). *Permendiknas Nomor 58 Tahun 2009 Tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini.
- Milic, S. N. The Influence of Motor Experience on Motor Creativity (Fluency) of Preschool Children. *Original scientific paper*.
- Suharjana. (2008). Pendidikan Jasmani Di Taman Kanak-Kanak Merupakan Langkah Awal untuk Meletakkan Dasar Kemampuan Tubuh dan Karakter Anak Secara Formal. *Proceeding Seminar Olahraga Nasional ke II Peran Olahraga dalam Pembentukan Karakter*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

